

Sobre la autora

Emily Atallah nació en Bogotá en 1967, en una familia amorosa y unida de costumbres tradicionales. Estudió administración de empresas en la Universidad Javeriana y trabajó en la compañía familiar mientras criaba a sus tres hijos.

Después de una separación larga que evidenció una verdadera crisis de sentido de vida, de vacío y pérdida de identidad, decidió cambiar de rumbo y empezar a vivir su vida bajo sus propios términos. Dejó el mundo corporativo y se dedicó a ayudar a otros apoyando su desarrollo personal. En su práctica en sesiones individuales utiliza técnicas con enfoque existencial logoterapéutico. Cuenta con una Maestría en Ciencias de la Familia de la Universidad Anahuac y es coach certificada de SAPS (Sociedad para el avance de la psicoterapia centrada en el sentido).

En la actualidad es conferencista, bloguera y coach de vida con sentido. Es apasionada lectora y le gusta escribir sobre un estilo de vida consciente y saludable. Este es el primero de muchos libros que vendrán próximamente.

Su experiencia más profunda la ha encontrado en su propio caminar, siendo mujer y madre de Michelle, Stephanie y Juan Camilo con quienes ha crecido y ha descubierto una parte importante del sentido de su propia vida.



Emily Atallah

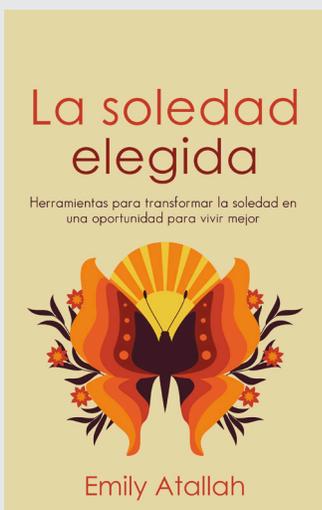
emilyatallah@gmail.com
<http://emilyatallah.com>

Contacto: +57 311 2179005

 @emilyatallahcoach



Libros publicados



La soledad elegida

Herramientas para transformar la soledad en una oportunidad para vivir mejor

En un mundo obsesionado por la conectividad constante, este libro desafía la narrativa convencional sobre la soledad. Desde la perspectiva de la autora, la soledad no es solo un estado, sino una elección poderosa.

A través de relatos íntimos, la sabiduría de la Psicología Existencial de Irvin Yalom y de la Logoterapia de Viktor Frankl, así como con herramientas prácticas, la autora te invita a convertir la soledad, incluso en las circunstancias más desafiantes, en una fuente de autodescubrimiento y sentido de vida. «La Soledad Elegida» no solo redefine la soledad, sino que también te empodera para abrazarla como un camino hacia la plenitud interior. Descubre las herramientas que transforman la soledad en una conexión más profunda contigo mismo y con el mundo que te rodea.

- ISBN: Portada suave: 9798883910417
- Editorial: Publicación Independiente
- Colombia, 2024
- Número de páginas: 216
- Género literario: Crecimiento personal / Autoayuda
- Edades / Audiencia / Grupos de interés: Adultos (18 años o más)
- A la venta en: <https://a.co/d/35ouahD>



Pausa y Sentido

Guía práctica para vivir con propósito y encontrar la plenitud

Nos pasamos la vida en piloto automático, bombardeados de información y siempre buscando un concepto erróneo de felicidad. En la era de la conexión instantánea nunca habíamos estado tan desconectados, desmotivados y vacíos.

En estas páginas encontrarás 10 herramientas prácticas que te ayudarán a salir de los momentos de estancamiento, transitar el sufrimiento mirándolo diferente para vivir desde la convicción personal y volver a encontrar el rumbo hacia la felicidad.

Es una invitación a enriquecer la vida, observando ejemplos de personas que pasan por situaciones similares y al final con un poco de consciencia y trabajo interior logran conectar con lo que realmente importa para vivir una vida más intencional, plena y significativa.

- ISBN: Portada suave: 9798362951467 (Amazon) / 9789584973924 (impresión por demanda) | Digital (eBook): B0BLJ15YWW
- Editorial: Publicación Independiente
- Colombia, 2022
- Número de páginas: 287
- Género literario: Crecimiento personal / Autoayuda, Motivación, Felicidad
- Edades / Audiencia / Grupos de interés: Adultos (18 años o más)
- A la venta en: <https://a.co/d/apVuSTM>